



日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
8月1日(月) 8月18日(木)	牛乳 りんご	ごはん 肉じゃが ゆかり煮 味噌汁	米 / 牛肉,しらたき,じゃがいも,たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),さば節 等 / きゅうり,キャベツ,ゆかり 等 / 油揚げ,わかめ,大根,さば節,味噌 等	牛乳 ジャムサンド
8月2日(火) 8月26日(金)	牛乳 りんご	ごはん 焼き魚 ピーマンの炒り煮 野菜の味噌汁	米 / 鯛 等 / ポンレスハム,しらたき,ピーマン,人参 等 / 茄子,えのきたけ,チンゲンツアイ,さば節,味噌 等	牛乳 わかめごはん
8月3日(水)	牛乳 せんべい	ビーフカレー 炒め漬け デラウエア 	米,牛肉,じゃがいも,たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),にんにく,しょうが,カレー粉,ブイヨン,トマトケチャップ,ウスターソース,チャツネ,上新粉 等 / はくさい,きゅうり,酢 等 / デラウエア	コーンフレークの牛乳かけ
8月5日(金) 8月19日(金)	牛乳 ピオーネ	ごはん エコふりかけ ひじきの五目煮 味噌汁	米 / さば節 等 / 牛肉,油揚げ,しらたき,ひじき,大根,人参,さやいんげん,さば節 等 / かぼちゃ,たまねぎ,葉ねぎ,さば節,味噌 等	牛乳 冷し素麺
8月6日(土) 8月20日(土)	牛乳 せんべい	そぼろごはん 味噌汁 甘夏みかん	米,鶏ひき肉,しょうが,人参,ほうれん草 等 / 茄子,たまねぎ,葉ねぎ,さば節,味噌 等 / 甘夏みかん(缶)	(6日)牛乳,アップルパン (6日)フルーツジュレ (20日)牛乳,アップルパン (20日)ぶどうゼリー
8月8日(月) 8月22日(月)	牛乳 せんべい	ごはん 焼き肉 味噌汁 デラウエア	米 / 牛肉,人参,たまねぎ,小松菜,キャベツ 等 / 大根,人参,わかめ,さば節,味噌 等 / デラウエア	牛乳 ホットドッグ 
8月9日(火) 8月23日(火)	すいか	ごはん ムニエル ラトウイユ 野菜スープ	米 / カラスガレイ,小麦粉 等 / ベーコン,トマトピューレ,トマト,ピーマン,茄子,たまねぎ,にんにく 等 / じゃがいも,人参,ほうれん草,ブイヨン 等	牛乳 くず餅
8月10日(水) 8月24日(水)	牛乳 りんご	ごはん なすのそぼろ煮 きゅうりの炒め漬け 味噌汁	米 / 豚ひき肉,茄子,たまねぎ,人参,さやいんげん 等 / きゅうり,大根,酢 等 / 油揚げ,人参,小松菜,さば節,味噌 等	牛乳 ミニゼリー いもパン
8月12日(金) 8月25日(木)	牛乳 せんべい	ハヤシライス 甘酢煮 	米,牛肉,じゃがいも,たまねぎ,人参,グリーンピース(冷),ブイヨン,トマトケチャップ,ウスターソース,上新粉 等 / 切干し大根,わかめ,人参,酢 等	牛乳 甘夏みかん 米ボン菓子
8月13日(土) 8月27日(土)	牛乳 ピオーネ	中華丼 味噌汁	米,豚肉,干しいたけ,はくさい,人参,たまねぎ,ブイヨン,片栗粉 等 / かぼちゃ,小松菜,さば節,味噌 等	牛乳 painパン りんごゼリー
8月15日(月) 8月29日(月)	牛乳 ピオーネ	鮭のおすし 青菜の炒り煮 すまし汁	米,だし昆布,塩だけ,きゅうり,酢,さざみのり 等 / 油揚げ,小松菜,人参 等 / 絹豆腐(冷),たまねぎ,しめじ,糸みつば,さば節 等	牛乳 ふかしいも おかき 
8月16日(火) 8月30日(火)	牛乳 桃	中華おこわ 春雨ソテー とうがんのスープ	もち米,米,だし昆布,豚肉,たけのこ(水煮),干しいたけ,人参,ブイヨン 等 / ロースハム,はるさめ,きゅうり,レタス 等 / 鶏肉,とうがん,オクラ,ブイヨン 等	牛乳 オレンジジュレ
8月17日(水) 8月31日(水)	すいか	ごはん 揚げ魚ハーベキューソース和え 茹で野菜 味噌汁	米 / たら,片栗粉,しょうが,にんにく,りんご(缶),ウスターソース 等 / キャベツ,人参,きゅうり 等 / 絹豆腐(冷),はくさい,ほうれん草,さば節,味噌 等	牛乳 茹でとうもろこし せんべい
誕生会 8月4日(木)	牛乳 せんべい	ふりかけごはん 魚のフライ 野菜のソテー 味噌汁,甘夏みかん	米,ふりかけ / すずき,小麦粉,パン粉 等 / エリンギ,キャベツ,人参,ウスターソース,トマトケチャップ 等 / さつまいも,緑豆もやし,小松菜,さば節,味噌 等 / 甘夏みかん(缶)	牛乳 すいかのボンチ

月平均栄養価 エネルギー 493kcal たんぱく質 19.5g 脂質 14.6g

\*茹でとうもろこしが食べにくい場合はつぶしてスープにしています。

○献立は諸事情により、変更することがあります。

